



CRÉEZ, RESSENTEZ, TRANSFORMEZ :

l'Art au service de votre mieux-être

PRÉSENTATION

QUI SUIS-JE ?

- Art-thérapeute certifiée (RNCP) ;
- Diplômée universitaire de la faculté de médecine de Tours ;
- 15 ans d'expérience dans la santé, l'enseignement et l'animation.

MON APPROCHE

- Un accompagnement basé sur la créativité, l'expression et la bienveillance ;
- J'accompagne enfants, adultes et seniors pour :
 - explorer leurs émotions ;
 - développer leur confiance ;
 - retrouver un nouvel élan.

OÙ ET COMMENT ?

- Arts plastiques, musique, expression corporelle ;
- Séances individuelles, collectives ou parent-enfant ;
- À domicile ou en institution.



QU'EST-CE QUE L'ART-THÉRAPIE ?

- Une méthode douce et complémentaire qui utilise la créativité pour favoriser le bien-être physique et psychique ;
- Un cadre sécurisant et bienveillant ;
- Un moyen d'expression sans jugement ;
- Un processus pour renforcer l'estime de soi, révéler les ressources personnelles et revenir à un équilibre intérieur.





UN ESPACE POUR S'EXPRIMER

POUR QUI ?



Pour toute personne (enfant, adulte, senior), avec ou sans pathologie, rencontrant des difficultés de :

- communication
- relationnel
- expression
- estime de soi

COMMENT SE DÉROULE UNE SÉANCE ?

AVANT



- ➔ Rencontre ;
- ➔ Programme.

PENDANT



- ➔ Création ;
- ➔ Échanges.

APRÈS



- ➔ Observation ;
- ➔ Bilan.

EXEMPLES DE BÉNÉFICES OBSERVÉS

- ➔ Réduction du stress ;
- ➔ Développement de la confiance en soi ;
- ➔ Amélioration de la communication ;
- ➔ Développement de l'imaginaire et de la créativité.



ENVIE D'EN SAVOIR PLUS ?

Contactez-moi pour un premier échange :

Kristenn Phelipeau Sourdin • El

□ 07 82 76 17 58

✉ kps.art-therapie@outlook.fr



Ne pas jeter sur la voie publique • Imprimé par nos soins • N° Siret : 99351797800017.

L'art-thérapie est une approche complémentaire et ne se substitue pas à un suivi médical.

Conception graphique : Benoît Sourdin • sourdin.benoit@orange.fr • Novembre 2025.